PRA cooking

Правильный и простой хлеб

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Вас ждёт знакомство с широким спектром домашней выпечки по рецептам разных кухонь мира — прованский фугас с ароматными травами или скандинавский хлеб с фенхелем, тмином и апельсиновой цедрой, которые можно просто намазать хорошим маслом и наслаждаться; итальянские булочки для сэндвичей панини; лепёшки наан, идеально дополняющие любые блюда индийской кухни, например, карри; мексиканские пшеничные тортильи, которые служат основой для тако или буррито. А также базовые варианты домашнего хлеба, которым вы сможете радовать себя и близких хоть каждый день: хлеб, который не требует замеса и печётся в чугунной кастрюле, быстрый хлеб из цельнозерновой муки, простой ржаной хлеб с семечками, пшеничные булочки с отрубями… И многое другое, например, универсальное быстрое тесто для пирожков с любыми начинками.

- ПРАвильный и простой хлеб
- Теория
  -
  - НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ
  - ИНГРЕДИЕНТЫ
  - ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ И ПРАВИЛА ВЫПЕЧКИ ХЛЕБА
  - ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ
- Итальянские хлебцы панини
- Быстрый цельнозерновой хлеб на сыворотке
- Фугас с ароматными травами
- Докторские хлебцы
- Индийские лепёшки с йогуртом и кориандром
- Хлеб без замеса в чугунной кастрюле
- Пряный скандинавский хлеб с цедрой, фенхелем и тмином
- Овсяный хлеб
- Простой ржаной хлеб с семечками
- Ржаные солодовые краюшки
- Пшеничные тортильи
- Быстрое тесто для пирожков
- Наши конспекты

ПРАвильный и простой хлеб
Петрова Наталья

Теория

Автор мини-курса — Петрова Наталья, постоянный автор «ПРАкукинга», увлекается выпечкой хлеба уже более 15 лет (кстати, ровно столько лет закваске, которая до сих пор живёт), несколько лет вела колонку, посвящённую хлебу, в гастрономическом журнале «ХлебСоль».

Этот курс предназначен для тех, кто хочет печь простой вкусный хлеб дома, но не имеет возможности или не хочет углубляться в теорию. Поэтому в мини-курсе мы не будем

подробно останавливаться на теоретических моментах хлебопечения, расскажем только базовые правила, без знания которых трудно понять, на каком этапе что пошло не так. Хотя честно признаемся: все эти рецепты прощают ошибки новичкам. Даже если получится неидеально, всё равно на выходе у вас будет вкусный домашний хлеб. При условии, конечно, что вы использовали правильные и качественные ингредиенты.

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ

Духовка, хлебопечка, сковородка

Рецепты в этом конспекте разрабатывались для современной бытовой электрической духовки. Если её у вас нет, можно использовать хлебопечку, но подбирать режим вам придётся самим, так как моделей очень много. Было время, когда и я пекла в хлебопечке, но со временем поняла, насколько скучный получается в ней хлеб — и форма однообразная, и аромат другой. Сейчас хлебопечку использую крайне редко, только когда понимаю, что времени совсем нет. И лишь один вид «дежурного» хлеба. А в основном она у меня работает как тестомес. Хлебопечка очень хорошо умеет замешивать пшеничное тесто. Поэтому, если у вас нет миксера, она станет отличным помощником в этом деле. Одни модели позволяют выбрать режим замеса дрожжевого теста с расстойкой, после которого можно сразу заняться формовкой, а другие — только замес (читайте инструкцию).

Что касается духовки, нужно не забывать, что они тоже бывают разные (могут работать на газу и на электричестве) и, соответственно, дают разный результат. Если у вас газовая, первое время придётся понаблюдать, скорее всего, потребуется коррекция температурного режима. Конечно, от духовки зависит многое, и если она по каким-то причинам работает неправильно, хорошего результата не достичь. Убедитесь, что ваша духовка способна поддерживать высокую температуру на одном уровне. У меня был опыт, когда духовка в процессе снижала температуру. Также я сталкивалась с ситуацией, когда духовка вообще не могла набрать даже 230 °С. Всегда разогревайте духовку заранее. Моя набирает температуру достаточно быстро и сигнализирует, когда это происходит. Если такой функции у вас нет, пользуйтесь термометрами. Помните, что если вы печёте на камне, ему потребуется дополнительное время, так как набранная температура в духовке не означает, что и камень успел прогреться до нужного уровня. То же самое касается чугунной кастрюли. В процессе выпекания, если необходимо перевернуть буханку, старайтесь долго не держать дверцу открытой. Это важно! В любом случае, все духовки разные, и к ним необходимо приспособиться, чтобы получить идеальный результат.

Если у вас нет ни духовки, ни хлебопечки, единственный вариант — сковородка. Конечно, это хлеб совсем другого рода,

без пористого мякиша и хрустящей корочки, но тоже свой, свежий, с пылу с жару и с проверенным составом! Посмотрите в магазине на состав тортилий. Зачем там все эти ингредиенты? Чтобы хлеб месяцами не плесневел ни при каких условиях! В нашем конспекте вы найдёте два рецепта лепёшек, которые выпекаются на сковородке, — дрожжевые лепешки наан и бездрожжевые тортильи.

Пекарский камень

Вообще, очень полезный и нужный аксессуар, если вы хотите научиться печь настоящий хлеб с идеальным мякишем и тонкой хрустящей корочкой. Но существует немалое количество рецептов хлеба, где можно обойтись и без него. Без камня выпекается всё, что печётся в форме.

Миксеры

Полезно иметь хотя бы ручной миксер, он поможет объединить ингредиенты на начальном этапе, хотя некоторые виды теста с его помощью возможно вымесить полностью (для ржаного хлеба и бездрожжевых лепёшек, например). Однако помните, что не все ручные миксеры могут справиться с хлебным тестом. Можно вымесить тесто и руками, с нуля, но это более длительный процесс, времени понадобится в два раза больше, придётся работать с липким тестом (не всем это нравится) и неоднократно применять технику растягивания и складывания в процессе замеса. Честно говоря, я эту работу люблю доверять машине.

Начав активно печь хлеб дома, я поняла, что планетарный миксер — не роскошь, а необходимость. Ручной замес — процесс более длительный и утомительный. А от качественного замеса, поверьте, очень сильно зависит результат: и то, как будет выглядеть хлеб в итоге, и то, какими окажутся мякиш и корочка, и то, как хлеб будет храниться. В первую очередь это касается, конечно, дрожжевого пшеничного хлеба. К тому же, пока миксер тщательно и кропотливо вымешивает тесто, вы успеваете много всего: отмерить ингредиенты для следующего этапа, подготовить формы и даже выпить кофе. Конечно, наличие миксера вовсе не исключает работу руками. Любое тесто «любит» тепло рук, вдохновение, заботу, требует вашего участия. Но всю самую грязную и тяжёлую работу миксер берёт на себя. Вот в чём

главное его преимущество. Конечно, есть такие увлечённые ремесленники, которые месят исключительно руками... Но тем, кому есть чем заняться кроме хлеба, стационарный миксер просто необходим. К тому же планетарный миксер — это не только про тесто, но и про множество других полезных гаджетов-насадок.

Для вымешивания хлеба с помощью миксера используется насадка в виде крюка (или двух крюков, если у вас ручной миксер).

Весы и мерные ёмкости

Весы при приготовлении хлеба категорически необходимы. Стоят они недорого (приличного качества в Германии всего 10-15 евро), а точность отмеривания — гарантия хорошего результата. Кстати, весы на кухне пригодятся и не только для выпечки хлеба, так что это разумная инвестиция. В случае же, когда вы работаете с мукой, отмеривать её следует только с помощью весов, потому что при пользовании мерными стаканами и ложками результат может сильно варьироваться (у муки разная рыхлость и влажность), и хлеб просто не получится.

В некоторых рецептах мы указываем небольшие объемы в

ложках. Но помните, это должны быть именно мерные ложки, не используйте обычные ложки, из сервировочных наборов, потому что они все разные.

Рекомендую все ингредиенты взвешивать по отдельности и лишь затем добавлять в миску для смешивания.

Скребки, скалки и лопатки

Полезно иметь скребки — гибкий округлый для вынимания теста из миски (это намного удобнее, чем лопаткой) и плотный (пластиковый или металлический, у меня оба). Бывают ещё большие скребки, с их помощью можно даже переносить батоны.

Впрочем, первых двух вполне достаточно. Опять же, можно обойтись без них и довольствоваться силиконовыми лопатками. Но со скребками намного удобнее.

Скалка поможет раскатать тесто в тонкую лепёшку.

Пульверизатор

Им очень удобно увлажнять тесто, которое кажется

плотноватым, сбрызгивать сформованное тесто, которое требует обсыпки. А ещё он может помочь в ситуации, если вдруг к хлебу прилипла бумага для выпечки. Сбрызните, оставьте на некоторое время, и бумагу будет проще снять.

Формы для выпечки

Формы бывают самые разные, и вопрос, какие лучше, сложный. Если вы не собираетесь углубляться в тему хлеба и печь постоянно, нет смысла покупать что-то дорогое и специализированное. Я использую специальные алюминиевые хлебные формы — они долговечные и придают хлебу узнаваемую форму «кирпичика». Но и форма для кекса вполне подойдёт. Главное — не силикон, он не годится для выпечки хлеба, так как не даёт нужного нагрева, хлеб получается бледным, и аромат совсем другой. Лучше если форма будет не слишком большая, например, 21 или 25-26 см по длинной стороне. Хлеб в более длинных ёмкостях получится либо слишком большим (придётся увеличить объём изделия), либо плоским и некрасивым.

Сито

Я не просеиваю муку для дрожжевого хлеба. В этом нет необходимости, разве что убедиться, что в муке нет жучков или мелких камешков. Но лучше выбрать качественную муку. Цельнозерновую муку и вовсе не просеивают. Сито я использую для того, чтобы присыпать мукой рабочую поверхность и, при необходимости, само тесто.

Если мука хорошего качества, в ней не должно быть ничего лишнего, что нужно просеивать. А подозрительную муку, в которой присутствуют подозрительные частички, чёрные точки, или которая сильно комкуется, лучше не использовать — скорее всего, она неправильно хранилась либо на производстве были нарушены санитарные нормы. Такая мука может не только сказаться на текстуре теста, но и навредить здоровью.

Плёнка, пакеты

В последнее время я стараюсь минимизировать использование пластика, поэтому от пищевой плёнки отказалась практически совсем. Миски накрываю влажным полотенцем или убираю в пакет с ручками, второй способ, кстати, очень удобен — пакет можно надуть, как шар, и хорошо поднявшееся тесто не прилипнет (что часто случается, если накрывать его пищевой плёнкой). А ещё я использую шапочки для душа на резиночке из отелей.

Корзинки для расстойки

Полезно иметь, но если их нет — не беда. Просто выстелите миску льняным полотенцем и хорошенько присыпьте мукой. Многие виды хлеба по нашему конспекту не требуют таких специальных корзин, так как пекутся либо в форме, либо как отдельные булочки или лепёшки.

Хлебный нож и другие приспособления

Любой хлеб с корочкой трудно нарезать ножом с обычным плоским лезвием, не смяв батон. Поэтому специальный хлебный нож с зазубренным лезвием — не роскошь, а необходимость. Или вы можете использовать любой универсальный нож с мелкими зубчиками (например, нож для стейка). Им же можно делать насечки и на заготовке из теста. Главное, убедиться, что поверхность не влажная, иначе зубчики будут цепляться за тесто.

Надрезы также удобно делать острой бритвой.

Широкая лопатка, разделочная доска или лист фанеры — всё это пригодится для переноса хлеба в духовку.

ИНГРЕДИЕНТЫ

Мука

Это самый важный ингредиент в хлебе. От её качества зависит не только его внешний вид, но и вкус. Поэтому важно попробовать муку разных производителей, выбрать лучшую и стараться покупать только её.

Пшеничная мука

Пшеничная мука бывает пяти сортов: крупчатка, высшего, первого, второго и обойная (то же, что цельнозерновая). Зерно состоит из трёх частей: оболочки (отруби), эндосперма и зародыша. В эндосперме, основной части зерна, содержатся практически весь белок и крахмал и минимум жиров, большая часть жиров — в зародыше (где зарождается росток).

Цельнозерновая (обойная) мука вырабатывается целиком из зерна, в ней самое большое количество частиц оболочек зерна и жира, из-за этого у неё самый короткий срок хранения. Обращайте на это внимание и не закупайте такую муку впрок. То же самое касается отрубей и зародышей — это наиболее полезные части зерна, но они же и быстрее портятся. Белая пшеничная мука (высшего сорта) вырабатывается только из центральной части зерна (эндосперма), поэтому в ней высокое содержание белка, минимум жира и самый долгий срок хранения. В зависимости от содержания белка, мука может быть сильной (много белка), а может быть слабой. В России с высоким содержанием белка (более 12) выпускается мука бренда «Макфа» и шугуровская. Также попадается алтайская мука, её можно найти в интернет-магазинах.

Белая мука теряет большую часть полезных веществ в процессе обработки. К тому же в массе своей белая пшеничная мука ещё и отбеливается искусственным образом для ускорения процесса. Поэтому, покупая органическую муку того же типа, будьте готовы к тому, что она может вести себя в тесте немного иначе. Возможно, потребуется небольшая коррекция влажных ингредиентов в составе. Для кондитерских изделий, в которые добавляется разрыхлитель, лучше использовать муку с низким содержанием белка (высокое его содержание препятствует действию разрыхлителя). В нашем конспекте мы даём рецепт

тортилий на разрыхлителе, в котором не следует использовать муку с высоким содержанием белка, иначе лепёшки могут получиться тугими и «резиновыми».

• Высший сорт муки (цвет белый или белый с кремовым оттенком) вырабатывается только из центральной части зерна и содержит не менее 28 % клейковины.

• Первый сорт (цвет белый или белый с желтоватым оттенком) содержит небольшое количество внешних оболочек зерна и не менее 30 % клейковины.

• Второй сорт (цвет бежевый или белый с желтоватым или сероватым оттенком) содержит больше внешних оболочек зерна и не менее 25 % клейковины.

• Обойная (цельнозерновая) мука (цвет кремовый с желтоватым или сероватым оттенком, с заметными частицами оболочек зерна) вырабатывается из зерна, смолотого целиком, и содержит не менее 20% клейковины.

В пшеничной муке содержатся два основных белка — глиадин и глютенин. Эти белки нерастворимы в воде, однако, соединяясь с водой, они впитывают её и набухают, образуя клейковину. Глиадин отвечает за растяжимость и эластичность теста.

Клейковина играет очень важную роль в выпечке дрожжевого хлеба. Чем сильнее мука, тем больше воды она способна принять — такая мука лучше подходит для хлеба и сдобы. Чем слабее мука, тем хуже она принимает воду, тесто получается жиже. Такая мука подойдёт для кондитерских изделий, блинов, тонких лепёшек. Если мы решили печь бисквит и выбрали муку с большим количеством клейковины, то на выходе получим «резиновую подошву».

Пшеничная мука бывает грубого помола, тонкого и экстратонкого. Обращайте на это внимание, так как помол тоже сказывается на текстуре теста. В России обычная универсальная (общего назначения) пшеничная мука и мука высшего сорта — как правило, тонкого помола, экстратонкий и грубый помол, как правило, указываются отдельно. Но в отношении цельнозерновой муки это не всегда так. На упаковках часто помол не указан, в то же время мука может отличаться. Если вам кажется, что тесто получилось плотным, плохо подходит, можно немного увеличить объём жидкости. Более влажное тесто всегда быстрее поднимается.

Обозначения пшеничной муки в некоторых странах Европы:

Германия/Франция

550/T55 — высший сорт 812/T65, T80 — первый сорт 1050/ T110 — второй сорт 1600/T150 — обойная

В Италии для дрожжевой выпечки используется мука 0 и 00 (очень сильная пшеничная мука тонкого помола), а также integrate (используется не только эндосперм).

Ржаная мука

Бывает обойной (цельнозерновой), обдирной и сеяной. Первые два сорта содержат оболочку зерна и имеют чуть более крупный помол, чем сеяная. Сеяная вырабатывается из центральной части зерна. В нашем конспекте используются обдирная и цельнозерновая, но вы можете смешивать разные виды. Однако учтите, что потребуется коррекция количества жидкости. Если у вас совсем нет опыта в выпечке, мы бы рекомендовали сначала попробовать использовать только указанный вид муки, а экспериментировать уже после.

Как и пшеничная мука, ржаная бывает грубого и тонкого помола.

Германия/Франция

815/T70 — сеяная (для светлых ржаных и заварных видов хлеба) 1150/T130 — обдирная

1600, 1740/1800/T170 — ржаная мука грубого помола из цельного зерна (цельнозерновая, для тёмного ржаного хлеба)

Вода

Качество воды тоже имеет большое значение. Используйте питьевую или фильтрованную воду. В ней не должно быть хлора. Вода при замесе должна быть комнатной температуры.

Дрожжи

Дрожжи используют для разрыхления и подъёма теста. Температурный диапазон действия дрожжей — от +4 до +40 °C. Поэтому очень важно не перегревать жидкие ингредиенты, которые добавляются в тесто в тёплом виде. Если их температура выше, стоит подождать и остудить до указанного максимума. Повышенная температура может снизить или свести на нет активность дрожжей. Пониженная температура затормаживает действие дрожжей.

Дрожжи бывают прессованные, сухие инстантные (быстродействующие, быстрорастворимые) и сухие активные. Профессиональные пекари любят прессованные дрожжи. *Я* предпочитаю работать с быстродействующими, так как их удобно хранить и не нужно активировать. Они хорошо хранятся и всегда

есть в запасе.

Если вы хотите использовать прессованные дрожжи вместо сухих, нужно сделать перерасчёт их количества, умножив вес сухих на 3. Прессованные дрожжи перед использованием растворяют в воде, предпочтительно прохладной. Прессованные дрожжи в брикете хранятся в холодильнике при +5 ˚С до 30 дней с момента выпуска. Если не планируете использовать их целиком в течение этого времени, лучше заморозить — так они будут храниться более года без потери свойств. Но очень важно их правильно разморозить! Для этого переложите дрожжи в холодильную камеру примерно на сутки, чтобы не было резкого перепада температур и чтобы оттаивание шло медленно. Если разморозить дрожжи в тепле, высока вероятность, что они погибнут — при этом масса станет жидкой, с неприятным запахом.

Быстрорастворимые сухие дрожжи выпускаются в виде очень мелкой бежевой крупки. Такие дрожжи могут долго храниться в закрытой упаковке при комнатной температуре, но после вскрытия упаковку лучше хранить в холодильнике. При использовании такие дрожжи нужно смешать с мукой; воду для замеса следует брать комнатной температуры (20-25 ˚С). Активные сухие дрожжи выпускают в виде крупной бежевой крупки. Перед использованием их необходимо активировать в очень тёплой воде (30-35 ˚С), как правило с добавлением сахара и муки.

Качество дрожжей тоже бывает разным. Одни быстрорастворимые дрожжи могут оказаться чуть сильнее других, и тесто будет подниматься активнее или наоборот, медленнее. Поэтому и здесь лучше остановиться на каком-то определённом производителе, тогда и результат будет предсказуемым.

И ещё хотелось бы подчеркнуть, какими бы дрожжами вы ни пользовались, они должны быть свежими! Проверьте срок годности перед выпечкой.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ И ПРАВИЛА ВЫПЕЧКИ ХЛЕБА

Хлеб может быть приготовлен опарным и безопарным способом. Опара — предварительная заготовка из муки, воды и дрожжей (или закваски), которая добавляется в основное тесто. В нашем конспекте нет хлеба на опаре, так как этот метод требует дополнительного времени, поэтому мы не будем останавливаться на нём подробно. При безопарном способе все ингредиенты смешиваются одновременно.

При безопарном способе приготовление пшеничного теста состоит из следующих операций:

- замес теста;
- первая расстойка (брожение) и обминка;
- разделка и формовка;
- вторая расстойка;
- выпечка.

Замес теста

Чем мешать, уже говорилось выше. Если у вас есть миксер, проблем возникнуть не должно. Главное, помнить: чем тщательнее вы вымешали пшеничное дрожжевое тесто, тем лучше для хлеба. В нашем конспекте нет таких рецептов хлеба, где тесто нужно месить максимально тщательно, до так называемого «глютенового окошка» (это когда тесто становится настолько эластичным, клейковина в нем настолько развита, что, если его растянуть, получится тонкая плёночка, как если бы вы растянули жевательную резинку). Но до умеренно развитой клейковины всё же пшеничное тесто вымесить стоит. Потому что развитая клейковина даёт отличный мякиш и тонкую хрустящую корочку. Как понять, что вы вымесили тесто достаточно? Тесто с умеренно развитой клейковиной становится менее липким, начинает отходить от стенок чаши миксера и меньше прилипать к рукам, а если и прилипает, то почти не остаётся руках. Очень липкое тесто со слабо развитой клейковиной липнет настолько, что его приходится счищать с рук. Вот основная разница, на эти визуальные признаки и стоит ориентироваться. Возможно, сначала будет не очень понятно, но после нескольких буханок вы постепенно начнёте чувствовать тесто. Кстати, об очищении… Как очистить руки от теста? Ни в коем случае не смывайте водой,

потому что тесто от воды станет клейким и липучим. Самый простой способ счистить его с рук — с помощью муки: взять в руки небольшое количество и растереть, тесто станет суше и постепенно сойдёт с рук.

Обычно планетарные (стационарные, не ручные) миксеры хорошо справляются с замесом, но иногда липкому тесту нужно немного помочь в процессе. Пока оно ещё липкое, оно может «зависать» на стенках чаши. Тогда в процессе несколько раз выключите миксер, лопаткой соскребите тесто к центру, заодно и проверив, вся ли мука со дна вымесилась (бывает, что и остаётся, не все миксеры идеальны), и снова включите мотор. Увеличьте скорость почти до максимума и помесите какое-то время — обычно это помогает. По мере развития клейковины тесто будет становиться более эластичным, упругим и начнёт собираться в шар. Обычно на замес дрожжевого пшеничного теста с умеренно развитой клейковиной в планетарном миксере уходит 6-8 минут (зависит от качества муки и количества белка в ней). Некоторые смешанные виды хлеба с добавлением мёда могут так и оставаться до конца липковатыми, не пугайтесь. Но всё равно вы заметите изменения в текстуре теста. Если это не помогает, а тесто кажется вам всё ещё сильно липким и жидковатым, стоит добавить немного муки. Добавляйте понемногу: сначала одну столовую ложку, потом еще одну (1 столовая ложка с верхом — это примерно 10 г муки). Вы будете знать, сколько её пришлось добавить, и сможете скорректировать рецепт на будущее.

Если замес производится руками, придется немного попотеть. И времени может понадобиться побольше, 10-15 минут. В процессе вымешивания руками лучше пользоваться специальным методом, который позволит влиять на клейковину. Принцип замеса такой: сначала вы смешиваете муку с сухими дрожжами и добавляете оставшиеся ингредиенты в центр, потом начинаете смешивать жидкие ингредиенты с сухими, постепенно сгребая муку с края в центр. Как только вся мука увлажнится, выкладываете тесто скребком или лопаткой на слегка посыпанную мукой рабочую поверхность и начинаете складывать, помогая соскребать тесто со стола скребком. Поэтому ещё раз обращу ваше внимание, что при ручном замесе скребок прямо-таки очень полезен, потому что сильно облегчит вам задачу. Если у вас каменная столешница, можете месить прямо на ней, оттягивая и даже как бы отрывая тесто от поверхности (от камня оно будет отходить легче, чем от деревянной доски). Сначала тесто частично будет оставаться и на каменной поверхности, но с развитием клейковины станет более пластичным и упругим, менее липким. Существуют также силиконовые коврики для

замеса теста, но, честно признаюсь, я к ним так и не приспособилась.

Замес ржаного теста руками

Ржаное тесто удобнее всего вымешивать, добавляя муку частями. Принцип такой: сначала вымешивается жидкое тесто, затем в него добавляется вся оставшаяся мука. Понадобится три ёмкости: для муки, большая для замешивания и миска для расстойки (они должны быть в 3 раза больше теста).

Очень важно, чтобы все ингредиенты были комнатной температуры, не холодные. Если вы достали сыворотку из холодильника, дайте ей согреться или прогрейте в микроволновой печи, но совсем слегка.

Отмерить необходимое количество муки в отдельную миску. Подготовить чистую миску для расстойки, смазать её растительным маслом.

Всыпать половину муки в чашу для вымешивания и смешать с дрожжами, добавить соль, воду и другие ингредиенты, начать вымешивать венчиком (или вилкой), постепенно захватывая всё больше муки, и так до тех пор, пока не получится влажное тесто.

Продолжить вымешивание, подсыпая остальную муку из миски, когда тесто станет плотнее, венчик заменить силиконовой или деревянной лопаткой. Чтобы снять тесто с лопатки, можно воспользоваться скребком или другой лопаткой. Добавив оставшуюся муку, вымесить до однородности. Переложить тесто в смазанную маслом миску для расстойки с помощью гибкого скребка или силиконовой лопатки. Накрыть пакетом так, чтобы внутри образовался воздух и поверхность пакета не прилипла к тесту.

Растягивание и складывание теста (техника Stretch & Fold)

Понимать, что это за метод, нужно не только тем, кто собрался месить тесто руками. Фактически этот же приём используется при обминке теста (те же складывания, но в сокращённом варианте).

Выложите тесто на рабочую поверхность, слегка разомните его в квадрат, возьмите двумя руками за дальний край (при необходимости помогайте скребком первое время), оттяните слегка наверх, затем сложите внутрь таким образом, чтобы край теста, который вы держали руками, оказался в центре. Теперь

возьмите противоположный край теста, тот, что ближе к вам, и так же оттяните чуть вверх и сложите внутрь, но уже так, чтобы этот край теста был слегка внахлёст поверх предыдущего сложенного. Дальше тесто нужно повернуть на 45 градусов, чтобы таким же образом проработать боковые стороны вашего «квадрата». Растягивайте и складывайте тесто так до тех пор, пока оно не станет более упругим и эластичным.

Присыпание стола мукой. Нужно помнить, что с этим стоит быть аккуратнее, чтобы не внести в пшеничное тесто муки больше, чем надо. Если вы месите руками, это особенно важно, так как всё

время хочется добавить муки, чтобы тесто перестало липнуть. *Я* рекомендую присыпать мукой стол только после того, как оно вымесится и почти перестанет липнуть, и лишь немного, чтобы вы смогли придать тесту форму шара и затем переложить его в миску. Если тесто замешивается в планетарном миксере, можно сразу переложить его в смазанную маслом миску, используя скребок.

С ржаным тестом всё немного иначе. Если оно влажное, мукой стоит присыпать стол достаточно хорошо, так как ржаное тесто не становится упругим и эластичным, оставаясь кашеобразным. Его просто невозможно будет сформовать без достаточного количества муки, оно всё прилипнет. Но и перебор с мукой — тоже плохо. Я посыпаю примерно 1-2 столовыми ложками. Складывайте тесто быстро, чтобы оно не успело впитать муку и прилипнуть. Ничего страшного, если ржаное тесто в процессе перекладывания в ёмкость для выпечки потеряет форму, его можно скорректировать по краям и огладить влажной рукой. В процессе брожения оно выровняется и вберёт в себя излишки муки.

Первая расстойка (брожение)

Первая расстойка — очень важный этап. В процессе брожения тесто набирает объём, уплотняется и в то же время разрыхляется. Плохо расстоявшееся тесто может повлиять на качество мякиша и корки. Но перебродившее тесто будет вести себя иначе при второй расстойке и иметь кислый привкус и рыхлую текстуру в испечённом виде. Поэтому, если выбирать между тем и другим, лучше слегка недодержать тесто на расстойке, чем передержать.

Как понять, что тесто выбродило и его пора формовать? Подъём на максимуме, аромат нежный. В рецептах я часто указываю не только время, но и объём, чтобы вы могли

ориентироваться по визуальным признакам, так как на брожение влияет множество факторов. Даже по одному и тому же рецепту с разной мукой бывает на выходе чуть другая влажность у теста, другая температура в комнате и т. п. Тесто подходит по-разному. Поэтому ориентируйтесь на объём, а время указывается для того, чтобы вы могли примерно понять, сколько его понадобится.

Если вы вымешивали пшеничное тесто руками, обязательно сделайте хотя бы один раз складывание-растягивание примерно в середине расстойки. Для планетарного миксера это не так важно. Я всегда смотрю по текстуре, если тесто было вымешено хорошо, и оно упругое, не складываю.

Иногда бывает так, что тесто бродит чуть дольше, чем планировали, и вы понимаете, что не успеете выпечь хлеб. Накройте тесто пакетом, уберите в холодильник и продолжите работу на следующий день. Поверьте, тесту только на пользу (если только оно у вас ещё не на пике). Перед формовкой дайте ему согреться до комнатной температуры в течение 30-40 минут.

Формовка

По сути, вы применяете метод складывания, но уже без сильного растягивания.

Для формовки шара тесто мы слегка расплющиваем в квадрат, затем складываем дальнюю от себя сторону внутрь, к центру, затем ближнюю внутрь, слегка внахлёст. Если остановиться на этом этапе, у нас получается длинный батон. Если то же самое повторить с боковыми сторонами, получим круглую буханку. После складываний запечатываем шов: при необходимости посыпаем стол небольшим количеством муки, переворачиваем тесто швом вниз и немного катаем, чтобы шов запечатался.

Вторая расстойка

Как и в ситуации с первой расстойкой, здесь тесту лучше немного недостоять, чем наоборот. С опытом вы научитесь чувствовать, когда тесто идеально расстоялось и его пора печь. У теста, которое недостаточно расстоялось перед выпечкой, могут появиться трещины. Обычно надрезы решают эту проблему, но если тесто расстаивалось совсем мало, трещины и разрывы могут появиться, по бокам и внизу, даже при наличии надрезов. Просто учтите это на будущее и увеличьте время второй расстойки. Если

и это не помогает, проверьте свежесть дрожжей.

Как определить, готов ли хлеб для посадки в печь, прошёл ли он полную расстойку? Нужно слегка надавить пальцем на заготовку: при полной расстойке ямка выправляется медленно и неохотно, при неполной — быстро и полностью. Если круглую булочку с неполной расстойкой посадить в печь, то она порвётся в тех местах, где более тонкая связь белков.

Я очень люблю длительную холодную расстойку. Для этого тесту нужно постоять только половину указанного времени при комнатной температуре, затем вам следует накрыть его пакетом и убрать в холодильник на ночь или на сутки. Перед выпеканием дать ему согреться в течение 30-60 минут (зависит от окружающей температуры).

Если в доме прохладно, менее 23-24 ˚С, хлеб может подниматься дольше указанного времени, тогда рекомендую пользоваться специальным режимом духовки (расстойка теста) или включить ее на 30 ˚С, если специального режима нет. Кстати, такой же режим бывает и у мультиварок. Если духовка не имеет режимов с низкими температурами, в отопительный сезон можно поставить тесто поближе к батарее, а в летний - на подоконник с солнечной стороны и следить за тестом, так как перегрев ему тоже ни к чему. Если тесто наоборот, быстрее подходит (особенно это бывает в жару), а духовка ещё не успела прогреться, тесто можно убрать в холодильник до выпекания (ненадолго), накрыв пакетом. Это позволит снизить скорость брожения.

Надрезы

Важный момент: их делают на изделиях, которые расстаиваются немного меньше по времени. Они несут не только эстетическую, но и практическую функцию: делая надрезы в определённом месте, мы даём возможность газу выйти там, где нужно. Если надрезов не сделать, хлеб некрасиво растрескается под давлением газа.

Обычно надрезы делают острым ножом с зазубренным лезвием (хлебным или для стейка) или острой бритвой, а наносят их так: под острым углом, надсекая поверхность (не давя на тесто), на глубину до 0,7-1,0 см. Нож или лезвие, которым надсекается хлеб, нужно вести не прямо перпендикулярно поверхности, а под углом, то есть лезвие должно уходить не прямо вниз, а слегка вбок, как будто вы делаете карман.

На формовом хлебе надрезов обычно не делают, но для красоты можно также поэкспериментировать.

Кстати, по надрезам можно понять степень расстойки: если надрезы слегка поплыли, а хлеб начал терять объём, опадать, значит вы его передержали. В следующий раз расслаивайте чуть меньше. При идеальной расслойке разрезы, красиво раскрывшись, хорошо держат форму, а хлеб остается на том же подъёме.

Пар

Чтобы хлеб был красивым, воздушным и с хрустящей тонкой корочкой, нужно создать определённые условия в процессе выпекания, а именно — повысить влажность в духовке. Это можно делать разными способами. Например, поставить на нижний уровень ещё один противень (или плоскую огнеупорную ёмкость) и сразу (!) после посадки хлеба в духовку влить подготовленную заранее холодную воду (полстакана) или бросить горсть кубиков льда. Или сбрызнуть стенки духовки из пульверизатора. Когда я пеку круглый хлеб на камне, накрываю его большой металлической миской — так тоже создаётся влажный режим, но без добавления воды, за счёт влаги в самом тесте. Через 15 минут миску нужно убрать и допечь хлеб без неё. Ещё один способ создания «пара» без использования дополнительной воды — глубокая чугунная посуда с крышкой. Посуду нужно, как и камень, прогреть, затем перенести в неё хлеб и накрыть крышкой в первые 15 минут выпекания.

Всё это не касается хлеба в форме, а также плоских лепёшек. Их печём без пара.

Выпечка

Если вы печёте хлеб на противне или в форме, здесь всё просто. Где тесто второй раз расстоялось, там и печём. Если вам нужно перенести хлеб на камень, можно сделать это с помощью разделочной доски (с ручкой) подходящего размера либо листа фанеры. Есть ещё один вариант — перевернутый небольшой противень.

Печь дрожжевой хлеб лучше в режиме конвекции (если она есть), или с обдувом. Время и температура выпечки зависят от того, насколько заполнена камера, от веса заготовок, от типа духовки и режима выпечки. Если по рецепту формуются два хлеба, а вы решили сделать один, время выпечки нужно будет увеличить примерно в полтора раза и наоборот, если была одна буханка, а вы решили испечь две маленькие, время нужно

уменьшить.

Как понять, что хлеб готов? Во-первых, по золотистой корочке. Во-вторых, он должен стать легче — особенно это заметно на белом пшеничном тесте, — это происходит потому, что в процессе выпекания хлеб теряет часть влаги и поднимается. Если хлеб выпекался без формы, на противне или камне, возьмите его перчатками или полотенцем и слегка постучите по бокам тупой стороной ножа. Если звук звонкий — хлеб готов, если глухой, его нужно ещё немного допечь. Если корочка при этом подрумянилась, следует накрыть хлеб при допекании фольгой.

Остывание

Для остывания хлеб лучше всего поместить на решётку или тарелку с перфорированной поверхностью (чтобы не отсырело дно). Пока хлеб горячий, он ещё продолжает готовиться — созревает, доходит. В течение остывания формируются окончательные текстура и вкус хлеба, меняются мякиш и корочка. Поэтому остывание — такой же важный этап, как и все остальные. Если им пренебречь, мякиш станет мокрым и клейким, нож будет не рассекать хлеб, а сминать.

Если результат ваших усилий будет выглядеть не совсем так, как на картинках, не нужно сдаваться и расстраиваться. Задача на первое время — приготовить вкусный хлеб, пусть и не самый красивый. Главное, чтобы он пропёкся, был румяным, притягивал вас своим ароматом. Несмотря на то что рецепты хлеба в нашем конспекте из самых простых, итог зависит от множества различных факторов:

• качества продуктов, в первую очередь муки и дрожжей (а оно часто меняется даже у одного производителя);

• качества воды (воду лучше брать питьевую или очищенную фильтрованную);

• от условий, при которых выпекается изделие (температура, влажность).

Чем чаще будете печь, тем больше будет опыта и понимания. Как и в любом деле, важно уметь обращаться с инвентарём и понимать основные технологические моменты. Чётко следуйте рецептам. И обращайте внимание на нюансы. Поверьте, и мои буханки поначалу выглядели не так идеально, как хотелось бы. Но мы гарантируем, что, даже если ваш хлеб по конспекту не будет выглядеть идеальным, всё равно вы получите удовольствие

от каждого кусочка, потому что он будет свежее и вкуснее покупного хлеба.

И ещё один совет напоследок: если что-то пошло не так, когда вы поймёте, в чём проблема, меняйте только этот один фактор. Не делайте сразу несколько изменений в процессе, иначе не будет понятно, сработало ваше конкретное изменение или нет.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Проблемы	Причины	Пути решения
Не поднимается или плохо поднимается тесто	1. Несвежие либо слабые дрожжи. 2. Холодная вода. 3. Заражённая мука.	1. В большинстве случаев проблема в дрожжах. Проверьте срок годности дрожжей, если они свежие, обратите внимание на дозировку (часто производитель указывает её на упаковке), если она больше, чем указано в рецепте, попробуйте увеличить объём. 2. Убедитесь, что вода, которая использовалась в тесте, была комнатной температуры. В холодной воде дрожжи хуже растворяются; нерастворённая часть дрожжей работать не будет. 3. Если тесто поднимается плохо и остаётся липким, возможно появление точек непонятного происхождения, имеет смысл попробовать другую муку. Неправильное хранение и несоблюдение санитарных норм на производствах может приводить к «картофельной болезни», которая мешает правильной ферментации теста.
Боковые прорывы хлебной корки	1. Недостаточная расстойка (пшеничный хлеб). 2. Недостаточно хорошо разогрета духовка (ржаной хлеб).	1. Увеличить время расстойки. 2. Хлеб преимущественно из ржаной муки всегда сначала пекут при высокой температуре, затем её снижают. Убедитесь, что духовка прогрелась до нужной температуры, установите специальный термометр, чтобы проверить точность температурного режима духовки.

Бледная корочка	1. Недостаточная расстойка. 2. Недостаточный разогрев духовки.	1. Увеличьте время расстойки. 2. Убедитесь, что духовка прогрелась до нужной температуры, установите специальный термометр, чтобы проверить точность температурного режима духовки.
Неровная, бугристая поверхность корочки	Перерасстойка.	Поверхность перерасстоявшегося хлеба выглядит пористой, она очень выпуклая, и кажется, что заготовка вот-вот начнет сдуваться, как шарик. Уменьшите время расстойки.
Плоская поверхность у хлеба, нет шапочки	Перерасстойка.	Если хлеб расстаивался правильно, в процессе выпечки он должен ещё немного увеличится в объёме, а поверхность — стать выпуклой. Если хлеб сильно перестоял, в процессе выпекания поверхность хлеба может начать опадать. Уменьшите время расстойки.
Неравномерная пористость мякиша (снизу плотный, вверху пористый)	Перерасстойка.	Перерасстоявшися хлеб в процессе выпечки начал терять объём: чуть уменьшите время расстойки.

Итальянские хлебцы панини

Рецептов панини множество. По сути, этот хлеб напоминает чиабатту, но проще и быстрее в приготовлении. А как его вкусно макать в оливковое масло с бальзамическим уксусом! Мне нравится вариант на спелом тесте. Спелое тесто — это порция теста, очень похожая по составу на основное тесто для хлеба. Спелое тесто медленно бродит и добавление его в основное тесто даёт эффект, похожий на введение опары. Вкус, аромат и

текстура улучшаются, хлеб дольше хранится. Впрочем, если времени на спелое тесто нет, вы можете приготовить первую порцию панини и без него, а после расстойки, в процессе формовки булочек, обрезать неровные края {у вас получится 80-100 г обрезков) и оставить их в качестве спелого теста для следующей партии. Хранится такое тесто в холодильнике 2-3 дня. Чаще всего я выбираю именно такой вариант. Перед добавлением в основное тесто спелое тесто нужно достать из холодильника хотя бы за 30 минут, чтобы дать ему согреться.

Для этого хлеба я рекомендую выбирать муку с высоким содержанием белка (11 и выше). В России в обычных супермаркетах с такими показателями мука бренда «Макфа» и пшеничная мука высшего сорта из шугуровского зерна (продаётся во «ВкусВилле»), Если такой муки нет, можно к обычной муке добавить муку 1 сорта.

на 8 булочек

для спелого теста

60 г пшеничной муки + на подпыл щепотка быстродействующих дрожжей 40 г воды

1 г соли

для булочек

300-320 г пшеничной муки

3 г сухих быстродействующих дрожжей

220 г воды

8 г соли

80-100 г спелого теста (по желанию) 20 г оливкового масла + для смазывания

1. Для спелого теста смешать муку с дрожжами, влить воду, добавить соль, вымесить гладкое тесто. Собрать в шар, положить в миску, накрыть и оставить на 30 минут, затем убрать в холодильник на ночь или дольше. Перед добавлением в основное тесто спелое тесто нужно согреть до комнатной температуры (достать примерно за 30 минут до замеса).

2. Для булочек в чаше миксера смешать муку и дрожжи, добавить воду. Вымесить тесто на медленной скорости до увлажнения муки и оставить на 10-15 минут, накрыв пакетом. Затем добавить соль и спелое тесто (если используется),

увеличить скорость до средней и вымешивать до хорошего развития клейковины — тесто станет более пластичным и будет хорошо отставать от стенок чаши. Добавить масло, вымешивать ещё 2-3 минуты, до полного объединения масла с тестом. Если замешиваете вручную: в глубокой широкой миске смешать муку и дрожжи, влить воду, вымесить венчиком или руками до объединения компонентов, продолжить вымешивание, чередуя растягивание теста руками и складывание скребком (лопаткой), добавить соль и спелое тесто, вмешать их в тесто, продолжить вымешивание, применяя технику «растягивание-складывание». Работать таким образом примерно 8-10 минут: тесто постепенно начнёт приобретать упругость и меньше липнуть к рукам, в итоге станет пластичным и послушным.

В конце порциями вмешать оливковое масло: подливая или смазывая руки, продолжить складывать тесто до тех пор, пока всё масло не окажется в тесте.

3. Миску смазать оливковым маслом, переложить тесто и оставить для расстойки на 2 часа. Тесто должно увеличиться в 2,5 раза и стать очень воздушным. В процессе расстойки тесто нужно через 1 час сложить 1 раз. Если тесто вымешивалось руками, складывание лучше сделать 2 раза, через 30 минут и через 1 час.

4. Рабочую поверхность слегка посыпать мукой, выложить тесто, разделить его на 2 части, оставить на 10-15 минут под полотенцем. Взять один кусочек теста, руками расплющить его в прямоугольник. Обрезать неровные края, разрезать на 4 прямоугольника. Переместить булочки на противень, повторить со вторым кусочком теста. Противень убрать в большой пакет или накрыть влажным полотенцем и оставить при комнатной температуре на 40-50 минут для повторной расстойки.

5. Тем временем разогреть духовку до 240 °C.

6. Поместить противень с булочками в духовку, снизить температуру до 230 °C, выпекать на среднем уровне 15-20 минут, до золотистого цвета.

Быстрый цельнозерновой хлеб на сыворотке

Когда я готовлю дома творог или простой домашний сыр (типа адыгейского), у меня остается кисломолочная сыворотка. Её можно добавлять в смузи, а ещё на ней отлично получаются блинчики и хлеб. Обращаю ваше внимание, что речь идёт именно о кисломолочной сыворотке из-под сыра или творога, при производстве которого не использовался сычужный фермент и не

добавлялась соль. Как получить сыворотку, если вы не готовите дома творог и сыр? Можно сделать густой греческий йогурт, просто отвесив обычный йогурт, и использовать оставшуюся сыворотку. Можно также использовать пахту, но её нужно разбавить водой по крайней мере наполовину.

Для этого хлеба можно использовать цельнозерновую пшеничную муку или муку из полбы. Я очень люблю полбяную — хлеб с ней получается ароматным, с ореховой ноткой. Пропорции цельнозерновой и белой муки можно варьировать. Можно печь только из целънозернового! муки, но с добавлением пшеничной муки высшего или 1 сорта, хлеб получается более воздушным. Если решите печь только из целънозер новой, воды потребуется чуть больше.

Хлеб можно выпекать как в форме, так и без неё, в виде небольших батонов. Мне нравится формовать как римские чириолы - пухлые булочки с длинными сужающимися кончиками.

Тесто можно вымесить накануне, а формовать и выпекать на следующий день, дав ему согреться в течение 1 часа при комнатной температуре. В этом случае тесто нужно убрать в холодильник через 45-60 минут после первой расстойки.

на 2 буханки

100 г цельнозерновой пшеничной муки
140 г пшеничной муки + на подпыл
3 г сухих быстродействующих дрожжей
4-5 г соли
170-180 г сыворотки растительное масло для смазывания кунжут и мак для посыпки

1. В чаше миксера смешать всю муку с дрожжами. Добавить соль и сыворотку. Установить насадку в виде крюка для теста. Начать вымешивать тесто на медленной скорости. Как только оно соберётся в комок, увеличить скорость до средней, вымешивать 3-4 минуты, затем увеличить до средне-высокой. Когда тесто начнет отходить от стенок, вымешивать ещё

2-3 минуты. Тесто станет менее липким и более пластичным. С помощью лопатки или скребка переложить тесто на слегка подпылённую мукой рабочую поверхность, слегка расплющить, загнуть внутрь края, перевернуть, подкатать в шар.

2. Смазать миску растительным маслом, выложить в неё тесто, накрыть крышкой, влажным полотенцем или пакетом. Оставить для брожения на 1-1,5 часа при комнатной температуре

(чем прохладнее, тем дольше), до увеличения теста в объёме в 2-2,5 раза.

3. Противень выстелить бумагой для выпечки или силиконовым ковриком.

4. Рабочую поверхность подпылить мукой. Выложить тесто, накрыть полотенцем, оставить на 10 минут отдохнуть. Разрезать на 2 части. Взять один кусочек теста, расплющить руками в прямоугольник, свернуть с одной короткой стороны внутрь так, чтобы край теста оказался в середине прямоугольника, затем свернуть противоположную сторону внахлёст, поверх первой сложенной стороны. Защипнуть углы и шов. Перевернуть батончик, покатать шов, чтобы не разошелся, и боковые края, сделав их тоньше.

5. С одной стороны (сверху) присыпать батон небольшим количеством кунжута или мака, с другой (снизу) — небольшим количеством муки. Сверху слегка сбрызнуть или смазать с помощью кулинарной кисти водой. Перевернуть батон семенами вниз, слегка покатать, чтобы они лучше прилипли, затем покатать по муке. Выложить на противень швом вниз. Повторить со вторым куском теста. Оставить для повторной расстойки на 50-60 минут.

6. Духовку разогреть до 230 ˚С.

7. Сделать на хлебе насечки. Выпекать при 230 ˚С на среднем уровне духовки примерно 15 минут, сбрызнув духовку водой из пульверизатора (или поставив на самый нижний её уровень ещё один противень, куда бросить 4-5 кубиков льда).

8. Перед подачей дать остыть на решётке как минимум 1 час.

Фугас с ароматными травами

Этот ароматный французский хлеб прост и быстр в приготовлении, в то же время он очень эффектный'. За что я его и люблю. Он прекрасно сочетается с сырами, мясом на гриле.

Для этого хлеба лучше использовать муку с высоким содержанием белка (11 и выше), но и с обычной мукой высшего сорта всё получится.

Классический рецепт хлеба фугас включает муку, воду, соль,

дрожжи и оливковое масло. Но однажды я попробовала испечь этот хлеб на картофельной воде (оставшейся от варки картофеля), и мне очень понравилось: получился невероятно воздушный мякиш и супертонкая хрустящая корочка! Классический фугас считается «хлебом одного дня», то есть на следующий день он не такой вкусный. Но, благодаря картофельной воде, он и на следующий день прекрасен, его лишь нужно немного оживить, например, прогреть на гриле (или под грилем, если речь идёт о духовке).

Кстати, в качестве добавок можно использовать не только соль и травы, но и оливки, только их следует разрезать на 3-4 части (берите те, что без косточки).

на 2 штуки

200 г пшеничной муки + на подпыл
3 г сухих быстродействующих дрожжей
5 г соли
135 г картофельной воды (или обычной питьевой)
10 г оливкового масла + для смазывания
соль крупного помола несколько веточек тимьяна и розмарина

1. В чаше миксера смешать муку и дрожжи. Добавить соль и воду. Начать вымешивать тесто на малой скорости до объединения ингредиентов. Затем увеличить скорость до средней и продолжать вымешивать до тех пор, пока тесто не начнёт отставать от стенок и не станет пластичнее (5-7 минут). Добавить оливковое масло и вымесить до однородности (2-3 минуты). В итоге получится очень приятное на ощупь тесто, почти не липнущее к рукам. Если тесто вымешивается руками: смешать муку и дрожжи, сделать ямку в центре, добавить туда соль и воду, начать вымешивать тесто, постепенно захватывая муку. Как только вся мука увлажнится, продолжить вымешивание, растягивая и складывая тесто, примерно в течение 10 минут, пока оно не станет менее липким и более пластичным, в конце добавить масло двумя порциями и вымесить гладкое, почти не липнущее к рукам тесто.

2. Слегка посыпать мукой рабочую поверхность, выложить тесто. Собрать края в центр, повернуть швом вниз, придать форму шара. Миску смазать маслом, положить тесто, накрыть влажным полотенцем или пакетом. Оставить для первой расстойки на 1-1,5 часа или до увеличения в объёме в 2,5 раза.

3. Подпилить мукой рабочую поверхность, выложить тесто

при помощи скребка, разрезать на 2 части, накрыть большой миской или влажным полотенцем и оставить на 10 минут.

4. Противень застелить бумагой для выпечки, слегка посыпать мукой. Выложить на рабочую поверхность одну часть теста, раскатать в лепёшку толщиной примерно 0,6-0,8 см. Ножом сделать длинный надрез посередине лепёшки, не доходя до краёв, но прорезая до конца. Затем сделать несколько надрезов в стороны (по 3-4), слегка отступив от основного, под углом. Разрезы аккуратно раздвинуть руками, при необходимости чуть посыпав верх мукой (если тесто липнет к рукам) — в итоге должен получиться рисунок, похожий на лист. Аккуратно перенести лепёшку на выстеленный бумагой противень и расправить. Накрыть влажным полотенцем или пакетом. Повторить со вторым куском теста, выложить на отдельный лист бумаги для выпечки и также накрыть. Оставить для второй расстойки на 30-40 минут.

5. Разогреть духовку до 230-240 ˚С.

6. Каждую заготовку аккуратно смазать оливковым маслом с помощью кулинарной кисти, посыпать солью и листочками тимьяна и розмарина.

7. Выпекать фугас по одному в течение 10-15 минут, до золотистой корочки.

Докторские хлебцы

Докторские хлебцы — вкус из детства! Сейчас в российских магазинах не встретишь такого хлеба. Тем ценнее данный рецепт, и это ещё одна причина, почему стоит печь хлеб дома.

Я перепробовала множество рецептов — от быстрых версий за два часа до разнообразных вариантов на закваске — и остановилась на этом. Хлеб на опаре — отличный вариант для

тех, кто пока ещё знакомится с хлебопечением и не готов погрузиться в сложные рецептуры на закваске, при этом вкус хлеба, приготовленного опарным способом, всегда интереснее и богаче. Да и хранится такой хлеб лучше. А ещё опарный метод очень удобен для проверки свежести и качества дрожжей.

На этих хлебцах насечки не делаются, поэтому важно дать им максимальную расстойку. Если этого не сделать, на поверхности могут появиться трещины.

на 4 хлебца

для опары

200 г пшеничной муки высшего сорта
2 г быстрорастворимых дрожжей
200 г воды

для теста

210-220 г пшеничной муки высшего сорта + на подпыл
70 г пшеничных отрубеii
6 г соли
15 г сахара
150 г воды
10 г растительного масла

1. Для опары смешать в миске муку и дрожжи, влить воду, вымесить с помощью венчика или лопатки жидкое тесто. Накрыть миску крышкой или пакетом, оставить на 4-6 часов при комнатной температуре (чем прохладнее, тем дольше). Опара сильно увеличится в объёме, будет покрыта пузырьками, появится приятный, слегка кисловатый аромат.

2. В чаше миксера смешать почти всю муку с отрубями. Всыпать соль, сахар, влить воду и растительное масло. Начать вымешивать тесто на медленной скорости. Как только вся мука увлажнится, добавить опару, оставшуюся муку, увеличить скорость до средней, вымешивать 2-3 минуты, затем увеличить скорость до почти максимальной и вымешивать тесто до тех пор, пока оно не начнёт отставать от стенок чаши. Сначала тесто будет казаться влажным и липким, но в процессе вымешивания станет более упругим, гладким и пластичным. В итоге должно получиться очень мягкое, чуть липковатое тесто. Если тесто вымешивается руками: в большой миске смешать почти всю муку,

отруби и дрожжи, сделать углубление, всыпать соль и сахар, влить воду и растительное масло.

Начать вымешивать, постепенно подмешивая муку. Как только вся мука увлажнится, добавить опару, вмешать её в тесто, всыпать оставшуюся муку и продолжить замес методом растягивания и складывания.

3. Смазать миску растительным маслом, выложить тесто, накрыть пакетом и оставить для расстойки на 1,5-2 часа.

4. Противень застелить бумагой для выпечки. Духовку разогреть до 230 °С.

5. Хорошо посыпать мукой рабочую поверхность, выложить тесто, разделить на 4 части, накрыть влажным полотенцем и оставить на 10-15 минут. Каждый кусочек сформовать в круглую заготовку: для этого расплющить порцию теста в прямоугольник, сложить сначала дальнюю от себя сторону внутрь таким образом, чтобы край теста оказался примерно в середине прямоугольника, затем так же сложить противоположную сторону, слегка внахлёст, поверх первой. Повернуть тесто на 45 градусов, повторить сложения с двумя другими сторонами. Защипнуть шов, перевернуть швом вниз и слегка покатать по подпылённой мукой поверхности, чтобы шов закрепился.

6. Выложить хлебные заготовки на противень на достаточном расстоянии друг от друга, накрыть пакетом и оставить для повторной расстойки при комнатной температуре на 45-60 минут. Хлебцы должны увеличиться в объёме в 1,5-2 раза и стать очень воздушными.

7. Выпекать 15-20 минут, до румяной корочки. Готовность хлеба можно проверить, постучав тупой стороной ножа по нижней части хлеба: звук должен быть звонким. Полностью остудить перед подачей.

Индийские лепёшки с йогуртом и кориандром

Эти ароматные лепёшки можно выпекать в духовке, а можно на сковородке. Для версии в духовке я использую для посыпки кунжут, а чеснок с зеленью — для варианта на сковородке.

Лепёшки хороши с разнообразными карри, отлично подходят для барбекю. Вкусны они и на следующий день — их можно освежить на гриле.

Часть муки высшего сорта можно заменить целънозерновой, но добавляйте её немного, иначе придётся корректировать соотношение воды и муки.

Лепёшки можно делать разного размера: большие или поменьше.

на 4 штуки

200 г пшеничной муки высшего сорта + на подпыл
2 г быстрорастворимых дрожжей
1 ч. л. семян кориандра
2 г соли
60 г воды
60 г негустого йогурта, пахты или простокваши
10 г жидкого мёда
10 г топлёного или оливкового масла + для смазывания чёрный кунжут для посыпки (по желанию') 1/2 зубчика чеснока и листочки кинзы (по желанию)

1. В чаше миксера смешать муку и дрожжи.

2. Семена кориандра слегка потолочь в ступке, всыпать к муке. Добавить соль, воду, йогурт и мёд. Начать вымешивать тесто на медленной скорости. Когда все ингредиенты объединятся, увеличить скорость и вымешивать до тех пор, пока тесто не начнёт отставать от стенок чаши. Тесто будет мягким, приятным на ощупь, не липким и пластичным.

3. Смазать миску маслом, переложить в неё тесто, накрыть влажным полотенцем или пакетом. Оставить для первой расстойки на 1 час или немного дольше, если в помещении прохладно.

4. Духовку разогреть до 230-240 °С. Противень выстелить бумагой для выпечки или силиконовым ковриком.

5. Слегка посыпать рабочую поверхность мукой, выложить тесто, разделить его на 4 равные части, каждую скатать в шар. Накрыть заготовки полотенцем и оставить отдохнуть на 10-15 минут. Шар раскатать в лепёшку толщиной 5 мм, перенести на противень. Раскатать второй кусок теста и тоже перенести на противень. Накрыть полотенцем. Оставить для второй расстойки на 20-30 минут. Подготовить второй лист бумаги для выпечки, раскатать ещё два куска теста и также оставить для расстойки.

6. Поверхность лепёшек смазать топлёным маслом, посыпать кунжутом. Выпекать 6-8 минут, по 2 штуки за раз. Если планируется выпечка на сковородке: смешать растопленное масло

с чесноком и измельчённой зеленью, выпекать лепёшки по одной за раз на сухой сковородке, готовые ещё горячие лепёшки смазать пряным маслом.

Хлеб без замеса в чугунной кастрюле

Клейковину в тесте, которая участвует в формировании воздушного пористого мякиша, можно развить двумя способами: либо очень тщательно вымесив тесто, либо оставив на длительную расстойку. Этот хлеб без замеса — образец второго способа.

Хлеб без замеса стал популярен благодаря Джиму Лэхи и его булочной Sullivan Street Bakery в Нью-Йорке. Очень простой с точки зрения ингредиентов и манипуляций: не нужно долго вымешивать

тесто, а только до объединения ингредиентов и полного увлажнения муки, после чего оставить расстаиватъся на несколько часов. Можно вымесить накануне вечером и продолжить утром, а можно замесить утром и продолжить вечером — очень легко встроить в свой режим.

Единственный момент, который может смутить поначалу, — это достаточно высокая влажность теста, с которым не очень удобно работать. Но стоит приноровиться, и всё пойдет как по маслу. Чем выше влажность, тем вкуснее хлеб, но со слишком влажным тестом труднее работать, поэтому я предлагаю начать с усредненного варианта. А ещё в качестве обсыпки использовать не отруби и семолину, а кунжут. Благодаря ему тесто не прилипнет к ткани расстоечной корзины или льняному полотенцу.

Для этого рецепта потребуется тяжёлая глубокая толстостенная кастрюля с крышкой: такая посуда работает как камень, а крышка нужна для того, чтобы создать определённый уровень влажности без использования дополнительной воды. Кстати, я этим методом — использование крышки вместо стакана

воды — пользуюсь достаточно часто. Когда мне нужно испечь одну буханку (на камне), я накрываю её большой металлической миской, через 20 минут снимаю и допекаю хлеб без неё.

Хлеб в деревенском стиле — с пористым мякишем, немного тягучий и с хрустящей корочкой. Мне нравится этот хлеб в разных версиях: его можно делать лишь из белой пшеничной муки, разные семена и семечки использовать не только в качестве посыпки, но и добавлять в само тесто.

на 1 буханку

250 г пшеничной муки высшего сорта (в идеале с содержанием белка 11 и выше)

50 г пшеничной целънозерновой муки

1 г быстрорастворимых дрожжей (¼ мерной ч. л.)

4 г соли

200-220 г воды

пара горстей кунжута (или семолины, или отрубей) для посыпки

1. В большой миске смешать всю муку и дрожжи, сделать углубление, добавить соль, влить воду. Вымесить до объединения ингредиентов и увлажнения муки, вначале используя венчик, затем перейдя на лопатку или скребок. Смесь не должна быть

однородной, небольшие комочки внутри допустимы, главное, чтобы не оставалось сухих ингредиентов. Накрыть миску полотенцем или пакетом и оставить для первой расстойки на 8-12 часов (чем жарче, тем быстрее). Готовое тесто увеличится в объёме и будет всё покрыто пузырьками.

2. Подготовить ёмкость для расстойки. Можно использовать большую расстоечную корзину с грубой тканью, а можно выстелить льняным полотенцем большую миску. Всыпать кунжут на ткань. Если нет кунжута, щедро обсыпать семолиной или отрубями — не бойтесь переборщить, лишнее можно смахнуть кистью перед выпечкой, а вот с прилипшим тестом крайне неприятно работать.

3. Чтобы выброженному тесту придать форму шара, смочить руки в воде и сделать 4-6 складываний прямо в миске. Тесто будет выглядеть однородным и гладким, но всё ещё влажным и достаточно липким. Переложить тесто на ткань поверх кунжута, швом вверх, взять полотенце за края и покатать тесто, чтобы кунжут хорошо прилип к нижней части хлеба и бокам. Затем поместить его в расстоечную корзину швом вверх и слегка посыпать мукой. Если корзины нет, перенести вместе с полотенцем в миску. Накрыть пакетом свободно, чтобы поверхность теста не прилипла, и оставить на 1,5-2 часа для повторной расстойки.

4. Тем временем разогреть духовку до 230 ˚С вместе с чугунной кастрюлей и подготовить кухонные перчатки.

5. Кастрюлю поставить на подставку под горячее, аккуратно скатить в неё расстоявшийся хлеб, быстро смахнуть кулинарной кистью лишнюю семолину или отруби (если использовались вместо кунжута), накрыть крышкой и отправить в духовку на 40 минут. Через 30 минут снять крышку, снизить температуру до 210 ˚С и допекать без крышки.

6. Готовый хлеб оставить в кастрюле на 10 минут, затем извлечь и дать полностью остыть, до комнатной температуры.

Пряный скандинавский хлеб с цедрой, фенхелем и тмином

Этот невероятный ароматный хлеб — моя интерпретация известного шведского хлеба «лимпа». Его также можно печь на сыворотке — используйте её вместо сока и воды. Хлеб очень вкусен с творожным сыром и просто с маслом на завтрак.

Для этого хлеба я использую удлинённую расстоечную корзину, если её нет, можно оставить тесто для расстойки

просто на полотенце из натуральной грубой! ткани {льна), собрав складки по бокам и прикрыв другим полотенцем, а перед выпечкой аккуратно «перекатить» тесто с полотенца на противень.

Я пеку этот хлеб на камне, но если его нет, можно выпекать просто на противне или в чугунной! кастрюле с невысокими бортиками, или сковородке. Кастрюлю, как и камень, нужно разогреть вместе с духовкой, а когда придёт время выпечки, аккуратно перевернуть хлеб сначала на лопату или большую разделочную доску {обязательно присыпав её немного мукой, чтобы хлеб не прилип), затем аккуратно скатить на горячий камень или в кастрюлю.

на 1 хлеб

30 г апельсинового сока
цедра ½ небольшого апельсина
30 г тёмной патоки или мёда
100 г цельнозерновой ржаной! муки
110 г пшеничной муки высшего сорта + на подпыл
6 г быстрорастворимых дрожжей!
1 ч. л. семян фенхеля или аниса
½ ч. л. тмина
4 г соли
120 г воды
1 ч. л. растительного масла + для смазывания

1. Смешать апельсиновый сок с цедрой и патокой или мёдом.

2. В чаше миксера смешать оба вида муки и дрожжи. Всыпать специи и соль. Влить воду и сок с добавками, начать вымешивать тесто на медленной скорости. Как только вся мука увлажнится, увеличить скорость до средней и продолжить вымешивать до однородности 5-6 минут. Поначалу тесто будет очень липким, затем оно постепенно начнёт отставать от стенок. Когда это произойдет, добавить растительное масло, вымешивать ещё 2-3 минуты. Для замеса руками: в миске смешать муку и дрожжи, сделать углубление, всыпать специи и соль, влить смесь апельсинового сока с цедрой и патокой, воду. Начать вымешивать тесто в центре, постепенно подмешивая всё больше муки. Вымешивать липкое тесто несколько минут, до тех пор, пока все ингредиенты не объединятся, затем смазать руки маслом и несколько раз сложить тесто, применяя метод растягивания и складывания. Для этого взять один край теста, слегка оттянуть вверх, сложить внутрь к центру, повернуть миску на 180 градусов

и повторить то же самое с другой стороной, затем повернуть на 45 градусов, растянуть и сложить ещё две противоположные стороны. Делать это, периодически смазывая руки растительным маслом — в процессе вымешивания нужно добавить 1 ч. л. масла.

3. Тесто округлить и положить в смазанную маслом миску швом вниз. Накрыть влажным полотенцем или пакетом и оставить для первой расстойки на 1-1,5 часа при комнатной температуре, до увеличения в объёме в 2 раза (чем дома жарче, тем быстрее это произойдёт).

4. Присыпать рабочую поверхность мукой, выложить тесто, оставить под влажным полотенцем на 10 минут. Посыпать мукой корзину для расстойки. Тесто расплющить руками в прямоугольник, избавляясь от больших пузырей, увлажнить поверхность теста мокрой рукой или с помощью пульверизатора, сложить одну сторону теста внутрь, повернуть хлеб на 180 градусов, сложить противоположную сторону внутрь, слегка внахлёст, поверх первой. Должен получиться батон. Положить его швом вниз на посыпанную мукой поверхность, слегка покатать, перенести в корзину швом вверх. Накрыть влажным полотенцем или пакетом и оставить для второй расстойки на 45-60 минут.

Если используется миска вместо корзины, тесто нужно расплющить в прямоугольник и сложить по коротким сторонам, затем придать ему форму шара и выложить швом вверх.

5. Пока хлеб расстаивается, разогреть духовку до 230 °С. Если используется камень или чугунная посуда — разогреть вместе с ними, если будете выпекать на противне — застелить бумагой для выпечки. В нижнюю часть духовки поставить второй противень. Подготовить полстакана воды.

6. Готовый хлеб перевернуть швом вниз на противень, лопату или разделочную доску. Сделать надрезы ножом или ножницами. Поместить хлеб в духовку, в нижний противень влить воду, закрыть духовку и выпекать 35-40 минут, сразу снизив температуру до 215 °С.

Овсяный хлеб

Если овсяной муки нет, можно взять хлопья и смолоть их максимально мелко с помощью блендера или жерновой кофемолки (мельницы). Имейте в виду, что пшеничной муки 1 сорта обычно требуется чуть меньше, чем высшего сорта.

Хлеб можно выпекать как форме, так и без неё, хотя без формы он получится не таким красивым и аккуратным.

В хлеб можно добавлять яблоки, молотые орехи и корицу,

чтобы сделать его ещё более ароматным и вкусным.

для хлеба в форме для кекса 21 х 10 х 7 см

105 г цельного молока

37 г сливочного масла (или 30 г растительного) комнатной температуры

30 г жидкого мёда или кленового сиропа

210-225 г пшеничной муки высшего или 1 сорта

75 г овсяной муки

6 г быстрорастворимых дрожжей

45 г овсяных хлопьев

7,5 г соли

105 г воды

1/2 яичного белка или немного воды для смазывания

1 ст. л. овсяных хлопьев для посыпки масло для смазывания миски

1. Нагреть молоко (например, в микроволновой печи в течение 15-20 секунд). В тёплое молоко добавить кусочки масла и мёд, перемешать до полного растворения.

2. В чаше миксера смешать оба вида муки и дрожжи. Добавить хлопья, соль, молочную смесь и воду.

3. Начать вымешивать на медленной скорости. Как только все ингредиенты объединятся и мука увлажнится, увеличить скорость почти до максимума и вымешивать до тех пор, пока тесто не начнёт слегка отставать от стенок чаши, примерно 7-8 минут. Это тесто будет оставаться липким, не пугайтесь, но текстура его немного изменится, станет более плотной. В процессе вымешивания можно несколько раз остановить миксер и соскрести тесто со стенок чаши лопаткой. Если тесто вымешивается руками: в миске смешать муку с дрожжами, сделать углубление, добавить соль, хлопья, жидкие ингредиенты, начать вымешивать, постепенно подсыпая муку с краёв к центру. Как только вся мука увлажнится, смочить руки водой, взять скребок (или силиконовую лопатку) и продолжить вымешивание теста, захватывая скребком, растягивая и складывая края к центру. Тесто будет очень липким, но через несколько минут вымешивания станет более упругим — как только это произойдёт, переместить его на рабочую поверхность, слегка посыпанную мукой, и продолжить вымешивание. В итоге должно получиться липковатое, но достаточно упругое и пластичное тесто.

4. Миску смазать маслом, выложить в неё тесто и оставить

для первой расслойки примерно на 1-1,5 часа при комнатной температуре или до увеличения в объёме в 2-2,5 раза (чем в помещении прохладнее, тем расстойка дольше).

5. Слегка посыпать мукой рабочую поверхность, выложить тесто. Руками расплющить его в небольшую толстую прямоугольную лепёшку. Помогая скребком, взять один край с короткой стороны, сложить внутрь к центру, затем повернуть и повторить с противоположной стороны, после чего защипнуть шов таким образом, чтобы получился батон.

6. Смазать форму маслом, аккуратно переложить тесто швом вниз, при необходимости скорректировать форму. Если хлеб выпекается без формы, выложить заготовку на противень, выстеленный бумагой для выпечки, швом вниз.

7. Накрыть пакетом и оставить для второй расслойки на 1-1,5 часа (чем в помещении прохладнее, тем дольше). Тесто увеличится в объёме примерно в 2 раза, поверхность станет выпуклой и более рыхлой. Аккуратно, стараясь не надавливать, смазать поверхность заготовки яичным белком или водой (удобнее это делать кулинарной кистью), посыпать хлопьями.

8. Разогреть духовку до 200 ˚С. Выпекать хлеб 30-40 минут, до румяной корочки, через 10 минут с начала выпекания снизив температуру до 170 ˚С. Оставить хлеб в форме на 10 минут, затем выложить на решётку. Дать хлебу полностью остыть, прежде чем резать.

Простой ржаной хлеб с семечками

Этот хлеб я обычно пеку на стопроцентной ржаной закваске. Но закваска есть далеко не у всех. А хлеб очень вкусный и простой. Поэтому я рассчитала этот рецепт специально под дрожжевой вариант. Если есть закваска, вы также можете пользоваться данным рецептом. Тогда вместо дрожжей возьмите 130 г освежённой закваски, а из общего объёма муки и воды вычтите по

65 г.

Можно подготовить хлеб накануне, оставить для неполной расстойки (на 30-40 минут) и убрать в холодильник в форме, накрыв пакетом. На следующий день дать согреться до комнатной температуры в течение 1 часа и выпекать.

Кроме семечек, можно добавить специи — тмин или кориандр (примерно Н2 чайной ложки на указанный в рецепте объём). Большую часть семечек можно обжарить, чтобы добавить в тесто, а оставшиеся сырые семечки использовать для посыпки.

Этот хлеб идеален с творожным сыром или с размятым авокадо, чёрным кунжутом и сочной редиской.

на хлебную форму 14 х 10 х 10 см или 21 х 10 х 7

275 г цельнозерновой (или обдирной) ржаной муки
7 г быстродействующих сухих дрожжей
10 г коричневого сахара
6 г соли
235 г воды
40-60 г очищенных сырых семян подсолнечника или тыквы (или их смеси) растительное масло для смазывания

1. В чаше миксера смешать муку, дрожжи и сахар. Добавить соль и воду. Начать вымешивать тесто на минимальной скорости миксера. Как только все ингредиенты объединятся, увеличить скорость до средней. Вымешивать 3-4 минуты, до однородности. Тесто останется липким, но при этом станет более гладким. Всыпать большую часть семян (часть оставить для посыпки), ещё немного вымесить на средней скорости, чтобы все семена распределились по тесту равномерно.

2. Смазать миску растительным маслом, переложить в неё тесто, накрыть пакетом, полотенцем или крышкой и оставить для расстойки на 1,5 часа (время можно увеличить до 2 часов, если хочется кислинки во вкусе).

3. Форму смазать растительным маслом.

4. Обильно присыпать мукой рабочую поверхность.

С помощью гибкого скребка или лопатки выложить на неё тесто. Слегка расплющить, сложить сначала одну сторону внутрь, затем, немного внахлёст, другую. Подложить под хлеб скребок или лопатку и аккуратно переместить заготовку в форму швом вниз. Смочить руки водой, подкорректировать поверхность заготовки, затем посыпать оставшимися семечками, слегка вмяв их ладонью в тесто. Оставить для повторной расстойки примерно

на 1 час. Хлеб должен увеличиться в объёме почти в два раза, его поверхность станет более округлой и слегка пористой.

5. Пока хлеб расстаивается, разогреть духовку до 240 °C.

6. Отправить хлеб в духовку, выпекать на среднем уровне примерно 45 минут, через 15 минут снизить температуру до 210 °C. В первое время наблюдать за хлебом: если будет сильно подрумяниваться, накрыть фольгой, чтобы семечки не сгорели.

7. Остудить хлеб перед подачей по крайней мере в течение 2 часов.

Ржаные солодовые краюшки

Эти ржаные краюшки, как и ржаной хлеб, я чаще всего пеку на закваске, но бывает, что закваску освежить забыла, а ржаных хлебцев ну очень хочется, тогда пользуюсь дрожжевой версией. Они получаются тягучие и плотные, и если вы не любитель горбушек, вам стоит посмотреть в сторону ржаного хлеба. Но если вы, как и я, считаете, что горбушка — самая ароматная и вкусная часть,

этот рецепт для вас.

Краюшки можно печь на закваске, тогда вместо дрожжей возьмите 120 г освежённой закваски, а общий объём муки и воды уменьшите соответственно на 60 г каждого ингредиента.

Часть ржаной муки можно заменить пшеничной и сделать краюшки ржано-пшеничными. Если планируется ручной замес теста, рекомендую для начала ограничиться половиной порции, так как большой объём вымесить будет сложнее (инструкции по вымешиванию ржаного теста см. Замес теста).

на 12 штук

30 г ржаного ферментированного (красного) солода
1 ч. л. кориандра или тмина (по желанию)
60 г кипятка
500 г ржаной муки + на подпыл
6 г быстродействующих дрожжей
10 г соли
400 г воды
20 г мёда растительное масло для смазывания

1. Солод смешать со специями (если используются) и заварить кипятком. Перемешать и оставить до полного остывания (на 15-20 минут).

2. К муке в чаше миксера всыпать дрожжи, перемешать, затем добавить соль, воду, мёд и заваренный солод. Вымесить на минимальной скорости до увлажнения муки, затем на средней скорости 2-3 минуты, до однородности.

3. Миску смазать растительным маслом, выложить тесто с помощью лопатки или гибкого скребка, выровнять, накрыть крышкой, пакетом или влажным полотенцем и оставить для первой расстойки на 1,5 часа (можно продлить время брожения до 2 часов, если хочется кислинки во вкусе). Тесто увеличится в объёме примерно в 2 раза, станет рыхлым, появится лёгкий фруктовый аромат.

4. Противень застелить бумагой для выпечки. Духовку разогреть до 230 °С.

5. Хорошенько посыпать мукой рабочую поверхность. Выложить тесто, разделить на две части. Взять одну часть (вторую убрать обратно в миску и накрыть) и раскатать её в пласт толщиной около 1,5 см (размером 18 х 22 см), в процессе раскатывания выравнивая скребком боковые стороны. Присыпать верх мукой, ножом или скребком разрезать тесто на 6 равных

прямоугольников. Помогая скребком или лопаткой, аккуратно перенести заготовки на противень и выложить на достаточном расстоянии друг от друга (краюшки при выпечке немного увеличатся). Сделать глубокие проколы шпажкой. Накрыть влажным полотенцем или пакетом и оставить расстаиваться на 1 час. Раскатать и нарезать оставшуюся часть теста. *Я* рекомендую выпекать по 6 штук на одном противне. Вторую партию заготовок расстаивать на втором противне или поместить на бумагу для выпечки, а после выпечки аккуратно перетянуть на противень, освободившийся из-под первой партии.

6. Выпекать краюшки в духовке на 15-20 минут. Сразу достать, переложить на решётку и накрыть полотенцем. Как только остынут, переложить в пакет, чтобы не высохли.

Пшеничные тортильи

Плоские лепёшки тортильи — самый простой и быстрый хлеб на свете! В них нет дрожжей, тесто не нужно долго и тщательно вымешивать, достаточно лишь вымесить до гладкости и однородности, ему не нужна длительная расстойка. Есть, конечно, и другие подобные лепёшки — итальянская пьядина и индийская чапати. Но тортильи мне кажутся наиболее универсальными: их

можно подавать и к карри, и к чили кон карне, к любым блюдам, где есть густой соус, в который их можно макать, в них можно заворачивать разнообразные начинки, делать роллы, рулеты и многое другое.

По этому рецепту тортильи и на следующий день остаются мягкими при правильном хранении, а если всё же подсохнут, легко приводятся «в чувство» с помощью гриля или той же сковородки. Хранить лепёшки следует в полиэтиленовом пакете или завернуть в плотную ткань, положить в кастрюлю и накрыть крышкой. Если всё же они немного подсохли, можно нагреть сковородку, положить лепёшку, сбрызнуть крышку с внутренней стороны водой из пульверизатора и накрыть сковородку с лепёшками на 1-2 минуты. Либо разогреть на гриле в течение нескольких секунд.

Тортильи можно делать только из простой хлебопекарной пшеничной муки, а можно добавить немного цельнозерновой пшеничной или кукурузной для аромата и хруста. Правда, учтите, что с кукурузной мукой они становятся суше и долго не хранятся, зато отлично подойдут для начос. В этом случае их лучше раскатать в более тонкий пласт, нарезать треугольниками и обжарить в масле до хруста. Этот же рецепт используется и для приготовления мексиканских такое — только нужно раскатать лепёшки меньшего размера.

Удобнее всего выпекать тортильи на блинной или чугунной сковородке диаметром 22-24 см либо любой другой с невысокими бортиками. Лучше раскатывать тесто рядом с плитой, поскольку оно очень тонкое, чтобы сразу перенести заготовку на горячую сковородку. Чтобы перенести тесто, нужно приподнять скребком край теста, подложить под него одну руку и подхватить другой рукой второй край.

на 4—8 штук

140 г пшеничной муки (не сильной) + на подпыл
20 г цельнозерновой пшеничной муки
2 г соли
2 г разрыхлителя теста
90 г воды комнатной температуры
10 г оливкового масла

1. В чаше миксера смешать оба вида муки, соль и разрыхлитель. Добавить воду и масло, начать вымешивать на низкой скорости. Как только тесто соберётся в комочки, продолжить вымешивать на более высокой скорости. Тесто

поначалу может показаться суховатым и комковатым, но в процессе должно собраться в однородную массу и полностью отставать от стенок чаши. Если тесто будет вымешиваться руками: в миске смешать муку, соль и разрыхлитель, сделать в центре углубление, влить в него воду и масло, начать вымешивать, постепенно собирая муку с краёв. Сначала тесто будет хлопьевидным, затем постепенно приобретёт однородную текстуру. Продолжать вымешивать тесто, слегка разминая в лепёшку и складывая пополам, пока оно не станет пластичным и однородным. Это тесто также легко вымесить ручным миксером, хотя в конце всё равно следует его немного вымесить руками.

2. Смазать миску маслом. Выложить тесто и дать ему отдохнуть 30 минут.

3. Слегка посыпать рабочую поверхность мукой, выложить тесто, разделить на 4 части, каждую скатать в шар. Накрыть полотенцем, чтобы не сохли. Взять одну часть, с помощью скалки раскатать её в очень тонкую, около 1 мм, лепёшку диаметром 23-24 см (ориентируйтесь на размер сковородки). Если лепёшка плохо раскатывается, накройте её полотенцем и дайте полежать 5-7 минут. Удобнее сначала раскатать шар в маленький круг, затем продолжать раскатывать от центра к краям, периодически поворачивая лепёшку и при необходимости присыпая мукой рабочую поверхность.

4. Подготовить полотенце из грубой натуральной ткани (предпочтительно льна) и кастрюлю, в которую будут складываться лепёшки. Разогреть сухую сковородку. Она должна быть хорошо разогретой — чтобы проверить, можно капнуть каплю воды: если зашипит, значит, сковорода разогрелась. Выпекать лепёшки на среднем огне, по очереди, до появления небольших тёмных точек. На лепёшке не должно быть слишком много муки, иначе она будет гореть, в то же время лепёшка не должна быть влажной, иначе её будет сложно распределить по поверхности, она станет прилипать, когда вы её будете выкладывать и выравнивать на сковородке, если образуются складки.

5. Готовую ещё горячую лепёшку сразу завернуть в полотенце и положить в кастрюлю, накрыть крышкой — так вы сохраните её тёплой и мягкой.

Быстрое тесто для пирожков

На самом деле это универсальное тесто — оно подходит как для закрытых пирожков, так и открытых пирогов в форме лодочек, и круглых в стиле пиццы. На этом тесте я готовлю и хачапури по-аджарски, и турецкие лодочки пиде. Из этого же теста можно приготовить и обычные булочки. Просто замесите двойную порцию теста (можете половину оставить на ночную

расстойку и испечь булочки на следующий день).

Из указанного объёма получится 8 закрытых пирожков или 4 открытые лодочки.

для теста

1 яйцо
250 г пшеничной муки высшего сорта + на подпыл
3 г сухих дрожжей
½ ч. л. соли
½ ст. л. сахара
70 мл тёплого молока
60 мл воды
10 г растительного масла + для смазывания кунжут для посыпки

для начинки

1 маленькая луковица 1/2 сладкого перца
1 крупный помидор
1 ст. л. топлёного масла (для жарки)
250 г фарша (любого)
½ ч. л. молотой сладкой паприки

¼ ч. л. молотой копчёной паприки
½ ч. л. молотого кайенского перца или несколько капель острого перечного соуса (например, табаско) петрушка для украшения соль, свежемолотый чёрный перец

1. Яйцо взболтать и разделить на 2 равные части. В чаше блендера смешать муку и дрожжи, всыпать соль, сахар, влить молоко, воду, 1/2 яйца и растительное масло. Начать вымешивать тесто на медленной скорости. Как только вся мука увлажнится и ингредиенты объединятся, увеличить скорость до средне-высокой и вымешивать 6-8 минут, до отлипания теста от стенок чаши и гладкости. Если тесто всё ещё липкое, увеличить скорость почти до максимума и вымешивать ещё несколько минут.

2. Миску подходящего размера (тесто увеличится в 2-2,5 раза) смазать растительным маслом и переложить в неё тесто. Накрыть пакетом или влажным полотенцем, оставить для расстойки на 1-1,5 часа.

3. Пока тесто подходит, приготовить начинку. Порубить лук,

очистить от сердцевины и нарезать мелкими кубиками (примерно по 5 мм) сладкий перец. Помидор нарезать некрупными кубиками. Разогреть в сковородке масло, на умеренном огне обжарить лук до прозрачности и мягкости, всыпать сладкий перец, обжаривать 2-3 минуты. Положить фарш, обжарить до светлого цвета, разбивая крупные кусочки лопаткой, затем всыпать специи и соль, перемешать. Добавить помидоры, слегка размять их лопаткой. Влить 50 мл воды, перемешать и оставить готовиться на умеренном огне, периодически помешивая, до размягчения овощей и полного испарения жидкости. Попробовать начинку, при необходимости ещё посолить и поперчить. Переложить начинку в миску для остывания.

4. Разогреть духовку до 190 ˚С.

5. Подготовить небольшую ёмкость с водой. На посыпанный мукой стол выложить подошедшее тесто, накрыть полотенцем или большой миской и оставить на 10-15 минут. Затем разделить на 4 или 8 кусочков. Взять один кусочек теста, остальные накрыть, чтобы не сохли. Раскатать тесто в лепёшку толщиной примерно 5 мм, выложить начинку: для пирожка примерно 2 ст. л., для лодочки — 4 ст. л. Слегка смочить края лепёшки водой по краю. Защипнуть тесто. Для лодочки: защипнуть дальние края, сформировав кончики, затем завернуть боковые края поверх теста. Для закрытого пирожка: защипнуть дальние противоположные стороны, сформировав кончики, затем соединить и защипнуть боковые стороны таким образом, чтобы получился «гребешок». Проверить, чтобы по всей длине «гребешка» не было просветов, через которые может начать течь начинка.

6. Поверхность пирожков или лодочек смазать яйцом (если яичная смесь осталась, можно смешать её с йогуртом 1:1 и влить поверх начинки в лодочке), посыпать кунжутом и выпекать примерно 15 минут на среднем уровне духовки.

Надеемся, вам понравился наш конспект.

Если у вас возникли вопросы и пожелания – свяжитесь с нами: info@pra.cooking

Наши конспекты

ПРАнаборы

ПРАвильные пироги мира
ПРАвильные блины и оладьи мира
ПРАвильные блины без глютена
ПРАвильный и простой хлеб

Легкие и ПРАвильные рецепты
Легкие и ПРАвильные вегетарианские рецепты
ПРАвильная диета

15 самых ПРАвильных рецептов
Очень ПРАвильные рецепты из тыквы
ПРАвильные завтраки
ПРАвильные завтраки из яиц
ПРАвильные и простые блюда в одной посуде
ПРАвильные и простые рецепты на каждый день
ПРАвильный год
ПРАвильные семейные рецепты
Простые рецепты из простых ингредиентов

Гусь и Ко
Рыба моя
Праздничный стол с английским акцентом
ПРАвильный фуршет

Национальные кухни:
Грузия с нами
Ой-вей, как вкусно (книга еврейской и израильской кухни)
Марокканские истории
Много украинской и немного одесской кухни
ПРАвильные итальянские истории
ПРАвильная Азия
Кухни нашего детства

ПРАктика

ПРАвильные салаты
ПРАвильные горячие супы — теория и практика Ферментируем ПРАвильно
ПРАвильные блюда из фарша

Все о сырой рыбе
Стейки
Почти все о курице
Почти все о соусах